

หนังสือเรียนชุดสาระการเรียนรู้ปฐมวัย



AL to EF

สาระที่ 1

เรื่องราวเกี่ยวกับตัวเด็ก

ตรงตามหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช ๒๕๖๐ กระทรวงศึกษาธิการ

สำหรับเด็ก อายุ 3-4 ปี เล่ม 2

กิจกรรมส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการชีวิตเด็กปฐมวัย

CCE EEF PEF CEF CAL

- EF 1 ความจำที่นำมาใช้งาน
- EF 2 การยับยั้งชั่งใจ-คิดไตร่ตรอง
- EF 3 การยืดหยุ่นความคิด
- EF 4 การใส่ใจจดจ่อ
- EF 5 การควบคุมอารมณ์
- EF 6 การประเมินตัวเอง
- EF 7 การริเริ่มและลงมือทำ
- EF 8 การวางแผนและการจัดระบบดำเนินการ
- EF 9 การมุ่งเป้าหมาย



หนังสือเล่มนี้สามารถใช้กับ AIMPHAN Application ได้







สัญลักษณ์ของหนู

ชื่อ .... นามสกุล ....

โรงเรียน .... ชั้น .... เลขที่ ....

● ลักคะณา เสโนฤทธิ์ ● สมยศ คำนึงผล ● จิราภรณ์ ส่องแสง ● กมล แขกระโทก ● กมลรักษ์ สีน้ำเงิน ● ณภัทรสร กระรันต์

ISBN 978-616-07-1725-5

55.-

ผังมโนทัศน์

สาระที่ 1

เรื่องราวเกี่ยวกับตัวเด็ก (เด็กอายุ 3 - 4 ปี) เล่ม 2

Active Learning to Executive Functions

หน่วยที่ 21 อาหารดีมีประโยชน์

1. ชื่อของอาหาร
2. รสชาติของอาหาร
3. ประเภทของอาหาร
4. อาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย
5. อาหารที่ไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย



หน่วยที่ 22 ของเล่นหรรษา

1. ประเภทของของเล่น
2. ชื่อของเล่น
3. ลักษณะของของเล่น
4. การเล่นอย่างถูกวิธี
5. การเก็บรักษาของเล่น



หน่วยที่ 23 ปลอดภัยไว้ก่อน

1. อันตรายใกล้ตัว
2. การป้องกันตนเองจากของใช้
3. การป้องกันตนเองจากของเล่น
4. การป้องกันตนเองจากเครื่องใช้ไฟฟ้า
5. การป้องกันตนเองให้ปลอดภัย



หน่วยที่ 24 โครงการปลาแสนสวย

1. ชื่อปลาชนิดต่าง ๆ
2. การเจริญเติบโตของปลา
3. รูปร่างลักษณะของปลา
4. ชนิดของปลา (สวยงาม)
5. แหล่งที่อยู่อาศัยของปลา



หน่วยที่ 25 โครงการปลาแสนสวย

6. การเคลื่อนที่ของปลา
7. ส่วนประกอบของปลา
8. การเลี้ยงปลา
9. การคัดแยกส่วนประกอบของปลา
10. ประโยชน์ของปลา



หน่วยที่ 21 อาหารดีมีประโยชน์

องค์ความรู้ประจำหน่วย

- อาหารมีมากมายหลายชนิด มีประโยชน์ต่อชีวิต ช่วยให้ร่างกายเติบโตแข็งแรง อาหารมี 5 หมู่ ได้แก่ 1. ข้าว แป้ง และน้ำตาล 2. ผัก 3. ผลไม้ 4. เนื้อสัตว์ นม ถั่ว และไข่ 5. ไขมัน

นม

ผลการเรียนรู้ที่ได้รับ

มฐ. 1.2.1 มีสุขภาพอนามัยสุขนิสัยที่ดียอมรับประทานอาหารที่มีประโยชน์

มฐ. 9.1.2 สนทนาโต้ตอบเรื่องเกี่ยวกับอาหารที่มีประโยชน์ด้วยประโยคสั้นๆ

EF 3 การยืดหยุ่นความคิด EF 4 การใส่ใจจดจ่อ EF 5 การควบคุมอารมณ์

AL to EF เด็กและครูใช้หนังสือเป็นสื่อการเรียนรู้ ดูภาพ อ่านคำคล้องจอง ปริศนาคำทาย และสนทนาเกี่ยวกับเนื้อหาขององค์ความรู้ หรืออภิปรายถาม-ตอบร่วมกัน เช่น จากภาพ ใคร? ทำอะไร? ที่ไหน? เมื่อไหร่? อย่างไร?

1 ชื่อของอาหาร

2 รสชาติของอาหาร

น้ำปลา เกลือ

รสเค็ม รสเปรี้ยว รสหวาน

3 ประเภทของอาหาร

อาหารหลัก 5 หมู่

ข้าวและแป้ง ผัก ผลไม้ เนื้อสัตว์ นม ถั่ว และไข่ ไขมัน

BREAD (เบร็ด) ขนมปัง

ORANGE (ออ-เร็นจ) ส้ม

4 อาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

นม

FISH (ฟิฌ) ปลา

5 อาหารที่ไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

คำคล้องจอง

อาหารดีมีประโยชน์ ไร้โทษไร้ภัย
คุณค่ามากมาย สารอาหารมากมี
ผลไม้เนื้อสัตว์ อีกสลัดของดี
วิตามินเต็มปรี่ ชีวีเบิกบาน

กมล แขกระโทก : ผู้แต่ง

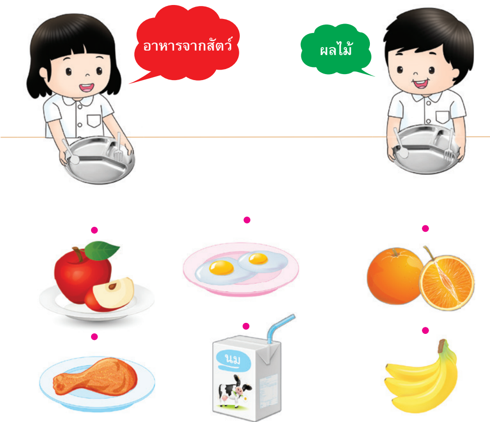
ปริศนาคำทาย **อะไรเอ่ย?** ฉันมีประโยชน์ คุณค่ามากมี เจียว ต้ม อร่อยดี สีเหลืองข้างใน *ตอบ : ไข่*

กมล แขกระโทก : ผู้แต่ง

เรื่องที่ 1 ชื่อของอาหาร

● **องค์ความรู้ของกิจกรรม :** เรียนรู้ชื่อของอาหารที่ได้จากสัตว์และผลไม้ด้วยการโยงเส้นจำแนกอาหารตามสีที่กำหนด

คำชี้แจง : ให้เด็กๆ โยงเส้นจำแนกประเภทอาหารที่ได้จากสัตว์ด้วย**สีแดง** และจากผลไม้ด้วย**สีเขียว**ลงในถาดอาหาร



ผลการเรียนรู้ที่ได้รับ

มฐ. 10.1.3 มีความสามารถในการคิดรวบยอดคัดแยกชื่อของผลไม้และเนื้อสัตว์

EF 9 การมุ่งเป้าหมาย

ให้เด็กบอกชื่อผักและผลไม้ที่ชอบ แล้วนำมาในวันรุ่งขึ้นคนละ 1 ชนิด และบอกว่ามีชื่อว่าอะไร ทำไมถึงชอบ (ครูบันทึกคำพูดเด็ก)

คำชี้แจง : ให้เด็กๆ ครู และผู้ปกครองเขียน ◯ ล้อมรอบภาพ ตามเกณฑ์การประเมิน

การประเมินหลังกิจกรรม เกณฑ์การประเมิน คือ 😀 = ดี 😐 = พอใช้ 😭 = ควรเสริม

เด็ก	ครู	ผู้ปกครอง
😀 😐 😭	😀 😐 😭	😀 😐 😭

เรื่องที่ 2 รสชาติของอาหาร

● **องค์ความรู้ของกิจกรรม :** เรียนรู้และคัดแยกรสชาติของอาหารด้วยวิธีการเขียนวงกลมล้อมรอบอาหารที่มีรสเปรี้ยว และเขียนเครื่องหมายถูกบนอาหารที่มีรสหวาน

คำชี้แจง : ให้เด็กๆ เขียน ◯ ล้อมรอบภาพอาหารที่มี**รสเปรี้ยว** และเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงบนภาพอาหารที่มี**รสหวาน**



ผลการเรียนรู้ที่ได้รับ

มฐ. 10.1.3 มีความสามารถในการคิดรวบยอดคัดแยกรสชาติอาหารหวาน อาหารเปรี้ยว

EF 1 ความจำที่นำมาใช้งาน

ให้เด็กเลือกภาพอาหารที่ชอบและพูดเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับรสชาติอาหารที่ชอบ (ครูบันทึกคำพูดเด็ก)

คำชี้แจง : ให้เด็กๆ ครู และผู้ปกครองเขียน ◯ ล้อมรอบภาพ ตามเกณฑ์การประเมิน

การประเมินหลังกิจกรรม เกณฑ์การประเมิน คือ 😀 = ดี 😐 = พอใช้ 😭 = ควรเสริม

เด็ก	ครู	ผู้ปกครอง
😀 😐 😭	😀 😐 😭	😀 😐 😭



คู่มือแผนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ปฐมวัย

ตามหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช ๒๕๖๐ กระทรวงศึกษาธิการ

AL to EF

EF 1 ความจำที่นำมาใช้งาน

EF 2 การยับยั้งชั่งใจ-คิดไตร่ตรอง

EF 3 การยืดหยุ่นความคิด

EF 4 การใส่ใจจดจ่อ

EF 5 การควบคุมอารมณ์

EF 6 การประเมินตัวเอง

EF 7 การริเริ่มและลงมือทำ

EF 8 การวางแผนและการจัดระบบดำเนินการ

EF 9 การมุ่งเป้าหมาย

สาระที่ 1

เรื่องราวเกี่ยวกับตัวเด็ก

ตรงตามหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช ๒๕๖๐ กระทรวงศึกษาธิการ

สำหรับเด็ก อายุ 3 - 4 ปี

เล่ม 2







● ลักคะณา เสโนฤทธิ์ ● สมยศ คำนึงผล ● จิราภรณ์ ส่องแสง ● กมล แขกระโทก ● กมลรักษ์ สีน้ำเงิน ● ณภัทรสร กระรันต์

195.-

แผนการจัดประสบการณ์รายสัปดาห์ หน่วยที่ ๒๑ อาหารดีมีประโยชน์ (สำหรับเด็กอายุ ๓-๔ ปี)



กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ

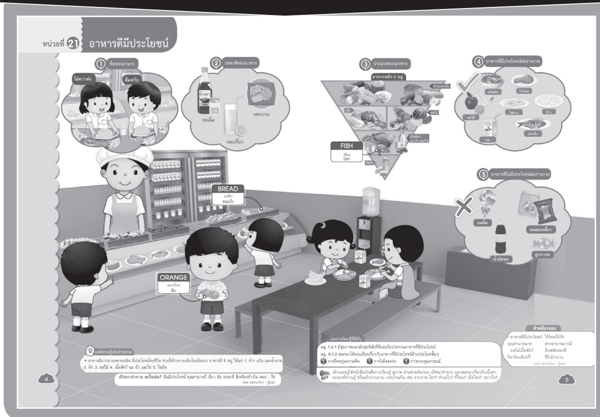
วันที่ ๑ ชื่อของอาหาร
การเคลื่อนไหวประกอบคำคล้องจองอาหารดีมีประโยชน์

วันที่ ๒ รสชาติของอาหาร
การเคลื่อนไหวเชิงสร้างสรรค์ประกอบที่คาดศีรษะภาพรสชาติอาหาร

วันที่ ๓ ประเภทของอาหาร
การเคลื่อนไหวตามคำสั่ง และข้อตกลง

วันที่ ๔ อาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย
การเคลื่อนไหวตามคำบรรยาย การประกอบอาหารไข่ดาว

วันที่ ๕ อาหารที่ไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย
การเคลื่อนไหวแสดงเป็นผู้นำผู้ตาม





กิจกรรมเกมการศึกษา

วันที่ ๑ ชื่อของอาหาร
เกมจับคู่ภาพที่สัมพันธ์กันของชื่อของอาหาร

วันที่ ๒ รสชาติของอาหาร
เกมเรียงลำดับภาพรสชาติของอาหาร

วันที่ ๓ ประเภทของอาหาร
เกมจัดหมวดหมู่ของประเภทของอาหาร

วันที่ ๔ อาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย
เกมสังเกตรายละเอียดของภาพ อาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

วันที่ ๕ อาหารที่ไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย
เกมภาพตัดต่อภาพอาหารที่ไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย



กิจกรรมเสริมประสบการณ์

วันที่ ๑ ชื่อของอาหาร
ชื่อของอาหาร

วันที่ ๒ รสชาติของอาหาร
รสชาติของอาหาร

วันที่ ๓ ประเภทของอาหาร
ประเภทของอาหาร

วันที่ ๔ อาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย
อาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

วันที่ ๕ อาหารที่ไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย
อาหารที่ไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย



กิจกรรมสร้างสรรค์

วันที่ ๑ ชื่อของอาหาร
การตัดแปะภาพรายการอาหาร

วันที่ ๒ รสชาติของอาหาร
การปั้นดินน้ำมันอาหารที่มีรสชาติ เปรี้ยว เค็ม เผ็ด หวาน ภาพจินตนาการ

วันที่ ๓ ประเภทของอาหาร
จัดอาหาร ๕ หมู่ ใส่จาน

วันที่ ๔ อาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย
การประดิษฐ์กรอบรูปจากเปลือกไข่

วันที่ ๕ อาหารที่ไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย
กลิ้งสีแปลงร่าง



กิจกรรมเสรี

วันที่ ๑ ชื่อของอาหาร
การเล่นตามมุมประสบการณ์ภายในห้องเรียนไม่ต่ำกว่า ๓-๕ มุม

วันที่ ๒ รสชาติของอาหาร
การเล่นตามมุมประสบการณ์ภายในห้องเรียนไม่ต่ำกว่า ๓-๕ มุม

วันที่ ๓ ประเภทของอาหาร
การเล่นตามมุมประสบการณ์ภายในห้องเรียนไม่ต่ำกว่า ๓-๕ มุม

วันที่ ๔ อาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย
การเล่นตามมุมประสบการณ์ภายในห้องเรียนไม่ต่ำกว่า ๓-๕ มุม

วันที่ ๕ อาหารที่ไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย
การเล่นตามมุมประสบการณ์ภายในห้องเรียนไม่ต่ำกว่า ๓-๕ มุม



กิจกรรมกลางแจ้ง

วันที่ ๑ ชื่อของอาหาร
การวิ่งอิสระกลางสนาม

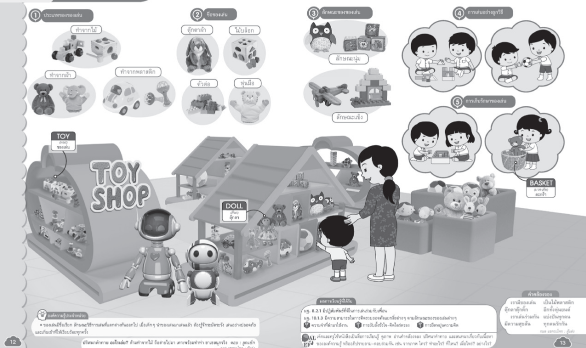
วันที่ ๒ รสชาติของอาหาร
เกมชิม สัมผัสอาหาร

วันที่ ๓ ประเภทของอาหาร
เกมคัดแยกประเภทของอาหาร

วันที่ ๔ อาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย
การเล่นน้ำ เล่นทราย

วันที่ ๕ อาหารที่ไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย
เกมวิ่งผลัดเก็บภาพอาหาร

แผนการจัดประสบการณ์รายสัปดาห์ หน่วยที่ ๒๒ ของเล่นหรรษา (สำหรับเด็กอายุ ๓-๔ ปี)





กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ

วันที่ ๑ ประเภทของของเล่น
การเคลื่อนไหวประกอบอุปกรณ์

วันที่ ๒ ชื่อของเล่น
การเคลื่อนไหวประกอบคำบรรยายไปซื้อของเล่นกันเถอะ

วันที่ ๓ ลักษณะของของเล่น
การเคลื่อนไหวตามคำสั่งและข้อตกลง

วันที่ ๔ การเล่นอย่างถูกวิธี
การเคลื่อนไหวประกอบคำบรรยายเล่นดีเล่นสนุกปลอดภัยทุกคน

วันที่ ๕ การเก็บรักษาของเล่น
การเคลื่อนไหวประกอบเพลงเก็บของ



กิจกรรมเกมการศึกษา

วันที่ ๑ ประเภทของของเล่น
เกมจับคู่ภาพกับเงาของเล่น

วันที่ ๒ ชื่อของเล่น
เกมภาพตัดต่อบัตรคำชื่อของเล่น

วันที่ ๓ ลักษณะของของเล่น
เกมจับคู่ภาพสัมพันธ์กันของของเล่น

วันที่ ๔ การเล่นอย่างถูกวิธี
เกมจับคู่ภาพที่เหมือนกัน

วันที่ ๕ การเก็บรักษาของเล่น
เกมลอตโตการเก็บรักษาของเล่น



กิจกรรมเสริมประสบการณ์

วันที่ ๑ ประเภทของของเล่น
ประเภทของของเล่น

วันที่ ๒ ชื่อของเล่น
ชื่อของเล่น

วันที่ ๓ ลักษณะของของเล่น
ลักษณะของของเล่น

วันที่ ๔ การเล่นอย่างถูกวิธี
การเล่นอย่างถูกวิธี

วันที่ ๕ การเก็บรักษาของเล่น
การเก็บรักษาของเล่น



กิจกรรมสร้างสรรค์

วันที่ ๑ ประเภทของของเล่น
การต่อเติมการพิมพ์ภาพจากของเล่น

วันที่ ๒ ชื่อของเล่น
ประดิษฐ์ของเล่นจากกล่องยาสีฟัน

วันที่ ๓ ลักษณะของของเล่น
ประดิษฐ์ของเล่นจากก้านกล้วย

วันที่ ๔ การเล่นอย่างถูกวิธี
ประดิษฐ์จรวด

วันที่ ๕ การเก็บรักษาของเล่น
ระบายสีภาพการเก็บรักษาของเล่นตามจินตนาการ



กิจกรรมเสรี

วันที่ ๑ ประเภทของของเล่น
การเล่นตามมุมประสบการณ์ภายในห้องเรียนไม่ต่ำกว่า ๓-๕ มุม

วันที่ ๒ ชื่อของเล่น
การเล่นตามมุมประสบการณ์ภายในห้องเรียนไม่ต่ำกว่า ๓-๕ มุม

วันที่ ๓ ลักษณะของของเล่น
การเล่นตามมุมประสบการณ์ภายในห้องเรียนไม่ต่ำกว่า ๓-๕ มุม

วันที่ ๔ การเล่นอย่างถูกวิธี
การเล่นตามมุมประสบการณ์ภายในห้องเรียนไม่ต่ำกว่า ๓-๕ มุม

วันที่ ๕ การเก็บรักษาของเล่น
การเล่นตามมุมประสบการณ์ภายในห้องเรียนไม่ต่ำกว่า ๓-๕ มุม



กิจกรรมกลางแจ้ง

วันที่ ๑ ประเภทของของเล่น
การเล่นเครื่องเล่นสนาม

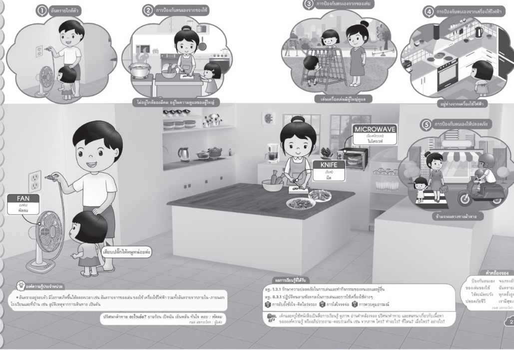
วันที่ ๒ ชื่อของเล่น
วิ่งจับคู่ภาพกับของเล่น

วันที่ ๓ ลักษณะของของเล่น
กระโดดควบม้าขี่ม้าก้านกล้วย

วันที่ ๔ การเล่นอย่างถูกวิธี
การเล่นน้ำเล่นทราย

วันที่ ๕ การเก็บรักษาของเล่น
เกมของเล่นจ๋า อย่าหล่น

แผนการจัดประสบการณ์รายสัปดาห์ **หน่วยที่ ๒๓ ปลอดภัยไว้ก่อน** (สำหรับเด็กอายุ ๓-๔ ปี)





กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ

วันที่ ๑ อันตรายใกล้ตัว
การเคลื่อนไหวประกอบเพลงของอันตราย

วันที่ ๒ การป้องกันตนเองจากของใช้
การเคลื่อนไหวร่างกายตามคำสั่งและข้อตกลง

วันที่ ๓ การป้องกันตนเองจากของเล่น
การเคลื่อนไหวแบบการเป็นผู้นำ–ผู้ตามที่ดี

วันที่ ๔ การป้องกันตนเองจากเครื่องใช้ไฟฟ้า
การเคลื่อนไหวร่างกายทุกส่วนประกอบคำบรรยาย

วันที่ ๕ การป้องกันตนเองให้ปลอดภัย
การเคลื่อนไหวตามจินตนาการประกอบคำคล้องจอง ปลอดภัยไว้ก่อน



กิจกรรมเกมการศึกษา

วันที่ ๑ อันตรายใกล้ตัว
เกมจับคู่ภาพเหมือนอุปกรณ์ไฟฟ้า

วันที่ ๒ การป้องกันตนเองจากของใช้
เกมจัดหมวดหมู่ภาพของมีคม

วันที่ ๓ การป้องกันตนเองจากของเล่น
เกมจับคู่ภาพของเล่นที่มีความสัมพันธ์กัน

วันที่ ๔ การป้องกันตนเองจากเครื่องใช้ไฟฟ้า
เกมเรียงลำดับภาพของใช้ไฟฟ้าที่ขนาดใหญ่ไปเล็ก

วันที่ ๕ การป้องกันตนเองให้ปลอดภัย
เกมภาพตัดต่อที่เป็นอันตรายจำนวน ๔-๖ ชิ้น (ภาพข้ามถนนรอสัญญาณไฟจราจร)



กิจกรรมเสริมประสบการณ์

วันที่ ๑ อันตรายใกล้ตัว
อันตรายใกล้ตัว

วันที่ ๒ การระวังและการสังเกตลักษณะคนแปลกหน้า
การระวังและการสังเกตลักษณะคนแปลกหน้า

วันที่ ๓ การป้องกันตนเองจากของเล่น
การป้องกันตนเองจากของเล่น

วันที่ ๔ การป้องกันตนเองจากเครื่องใช้ไฟฟ้า
การป้องกันตนเองจากเครื่องใช้ไฟฟ้า

วันที่ ๕ การป้องกันตนเองให้ปลอดภัย
การป้องกันตนเองให้ปลอดภัย



กิจกรรมสร้างสรรค์

วันที่ ๑ อันตรายใกล้ตัว
ระบายสีภาพเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ชอบตามจินตนาการ

วันที่ ๒ การป้องกันตนเองจากของใช้
การฉีก ปะภาพมีดจากเศษวัสดุนิตยสารและวาดต่อเติมตามจินตนาการ

วันที่ ๓ การป้องกันตนเองจากของเล่น
การพับสีตามจินตนาการ

วันที่ ๔ การป้องกันตนเองจากเครื่องใช้ไฟฟ้า
การจุ่มสีจากคอตตอนบัดภาพเครื่องใช้ไฟฟ้า

วันที่ ๕ การป้องกันตนเองให้ปลอดภัย
วาดต่อเติมภาพจากภาพนิตยสารของการป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากเหตุการณ์ต่าง ๆ ตามจินตนาการ



กิจกรรมเสรี

วันที่ ๑ อันตรายใกล้ตัว
การเล่นตามมุมประสบการณ์ภายในห้องเรียนไม่ต่ำกว่า ๓-๕ มุม

วันที่ ๒ การป้องกันตนเองจากของใช้
การเล่นตามมุมประสบการณ์ภายในห้องเรียนไม่ต่ำกว่า ๓-๕ มุม

วันที่ ๓ การป้องกันตนเองจากของเล่น
การเล่นตามมุมประสบการณ์ภายในห้องเรียนไม่ต่ำกว่า ๓-๕ มุม

วันที่ ๔ การป้องกันตนเองจากเครื่องใช้ไฟฟ้า
การเล่นตามมุมประสบการณ์ภายในห้องเรียนไม่ต่ำกว่า ๓-๕ มุม

วันที่ ๕ การป้องกันตนเองให้ปลอดภัย
การเล่นตามมุมประสบการณ์ภายในห้องเรียนไม่ต่ำกว่า ๓-๕ มุม



กิจกรรมกลางแจ้ง

วันที่ ๑ อันตรายใกล้ตัว
การเล่นโยนห่วงเข้าหลัก

วันที่ ๒ การป้องกันตนเองจากของใช้
การเล่นเครื่องเล่นสนาม

วันที่ ๓ การป้องกันตนเองจากของเล่น
วิ่งเก็บของเล่นใส่ตะกร้า

วันที่ ๔ การป้องกันตนเองจากเครื่องใช้ไฟฟ้า
วิ่งเก็บเครื่องใช้ไฟฟ้าจำลอง

วันที่ ๕ การป้องกันตนเองให้ปลอดภัย
การละเล่นแบบไทยรีรีข้าวสาร